

INSTRUCCIONES DE MONTAJE

F9000™ Inversion Table

Patente depositada en EE UU y en el extranjero. Patente en trámite en otros países.

PREMONTAJE

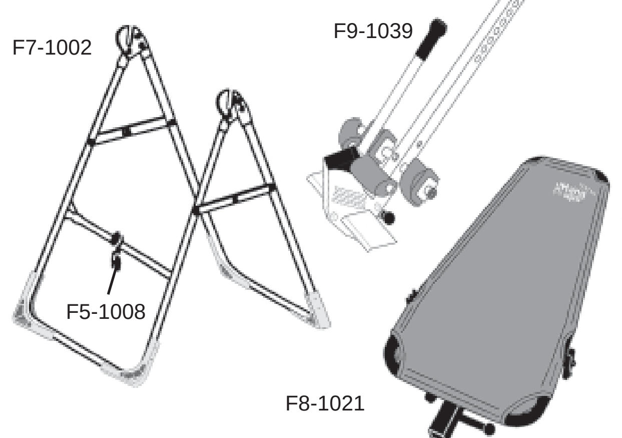
Antes de comenzar: estas instrucciones le guiarán para montar correctamente la unidad. Repase todos los pasos antes de empezar el montaje. Respete atentamente las instrucciones de montaje y el manual del propietario para garantizar la seguridad del usuario y la integridad del producto.

⚠ ADVERTENCIA

1. Usted es responsable de familiarizarse con un uso adecuado del aparato y de los riesgos inherentes a la inversión, como por ejemplo caerse sobre la cabeza o cuello, pellizcarse, quedar atrapado o fallo del aparato.
2. Este producto no ha sido diseñado para personas con una altura superior a 198 cm (6'6") o un peso superior a 136 kg (300 libras). Se podría producir un fallo estructural, o la cabeza o el cuello podrían impactar contra el suelo durante la inversión, provocando lesiones graves o la muerte.
3. **NO** use el aparato sin la aprobación de un médico con autorización para ejercer y lea las contraindicaciones médicas indicadas en el manual del propietario.
4. No montar y/o usar el aparato como se indica puede invalidar la garantía que el fabricante ofrece para este producto y provocar lesiones o la muerte.
5. **NO** use la tabla de inversión antes de leer atentamente y por completo el manual del propietario, haber visto el dvd de instrucciones, repasado los demás documentos de acompañamiento y haber inspeccionado el aparato.
6. Elija una superficie nivelada para montar y utilizar la tabla.
7. Siga cada paso según la secuencia indicada. ¡No salte ninguno!
8. Asegúrese de que todas las correas estén bien apretadas.
9. **ANTES DE UTILIZARLA**, compruebe e inspeccione la tabla. Asegúrese de que la tabla gira suavemente hasta la posición invertida y en el recorrido de vuelta.
10. Sustituya cualquier pieza defectuosa inmediatamente y/o no use el aparato hasta haberlo reparado.

Extraiga cuidadosamente cada parte de la caja. Debería encontrar todas las piezas indicadas a continuación. Si faltara alguna pieza o si alguna estuviera dañada, póngase en contacto con el vendedor o directamente con el servicio de atención al cliente (ver pág. 4).

PIEZAS PARA EL MONTAJE	ITEM #'s
Base cuadro A	F7-1002
La cinta	F5-1008
Eje principal w/ abrazadera para los tobillos anterior	F9-1039
Cuadro de la tabla con alfombrilla	F8-1021
Empuñaduras (2) y	F5-1069
Pernos hexagonales (6) de 13 mm (1/2")	H1-1202
Dos (2) bisagras de rotación	F5-1064
Dos (2) llaves	F5-1088





MONTAJE

PASO 1

Montaje del cuadro base A (F7-1002)

• Abra el cuadro A y asegúrese de que los brazos de extensión están fijados en la posición desplegada (ver Figura 1).

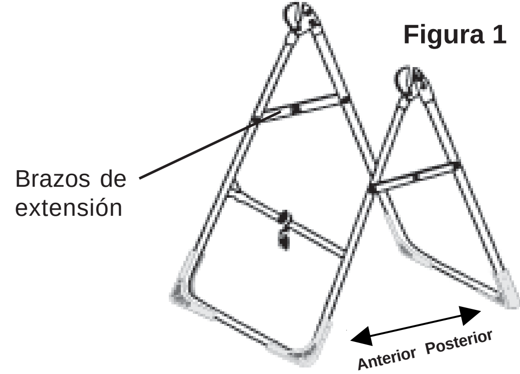
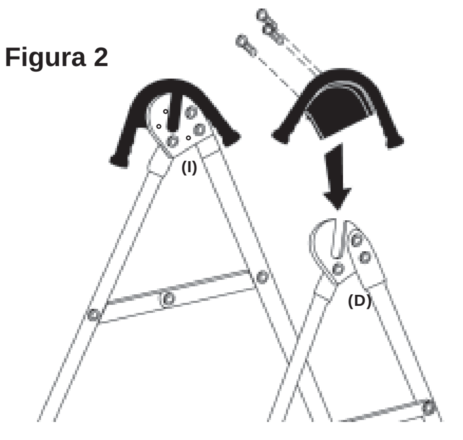


Figura 2



PASO 2

Montaje de las empuñaduras (F5-1069) en el cuadro base A (F7-1002)

• Coloque una empuñadura (izquierda / derecha) sobre el borde exterior del plato de la bisagra correspondiente (ver Figura 2).

• Introduzca tres pernos hexagonales de 13 mm (1/2") (H1-1202) por el plato de la bisagra en cada empuñadura. Utilice las llaves incluidas para apretar los pernos, con cuidado de no apretarlos demasiado.

PASO 3

Montaje de las bisagras de rotación (F5-1064) en el cuadro de la tabla (F8-1021)

• Para un montaje fácil, apoye el cuadro de la tabla contra la barra cruzada en la parte anterior del cuadro A.

• Abra los cierres de leva a cada lado del cuadro de la tabla.

• Con las ranuras de los pasadores de pivote hacia el exterior, introduzca las bisagras de rotación en las abrazaderas a cada lado del cuadro de la tabla (ver Figura 3). Las bisagras de rotación se deslizarán entre los cierres de leva y las abrazaderas (ver Figura 3A).

• Asegúrese de que las bisagras de rotación se encuentren en el mismo agujero en ambos lados.

• Empuje hacia abajo el cierre de leva para fijar la bisagra. La Figura 3B muestra la bisagra de rotación fijada correctamente (en la posición C).

Consulte el manual del propietario para obtener una explicación de las posiciones de los agujeros. Le recomendamos que comience utilizando la posición C.

Figura 3

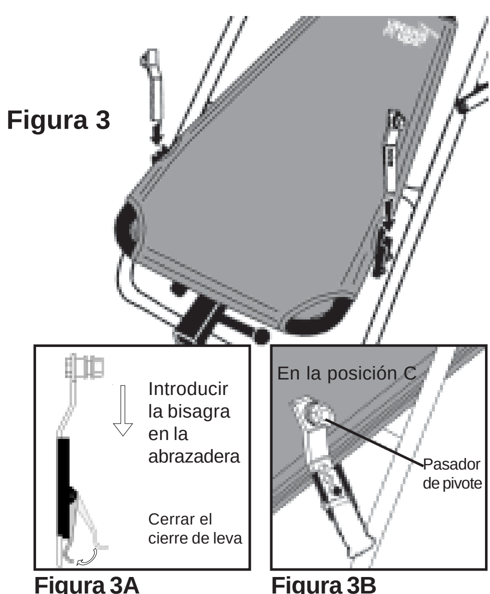




Figura 3A

Figura 3B

Figura 4

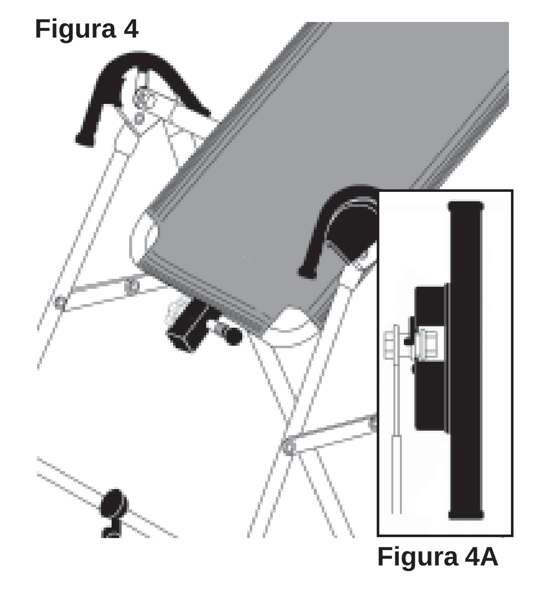


Figura 4A

PASO 4

Unión del cuadro de la tabla (F8-1021) con el cuadro A (F7-1002)

• Sujetando cada lado cerca de las bisagras de rotación, levante el cuadro de la tabla y póngase de pie delante del cuadro A. Baje contemporáneamente cada pasador de pivote en los platos de las bisagras del cuadro A (ver figura 4). La Figura 4ª muestra la colocación correcta del pasador de pivote en el plato de la bisagra.

• Asegúrese de que ambos pasadores de pivote estén asentados en la base de la ranura del plato de la bisagra.

• Compruebe que los ganchos de cierre automático se han cerrado sobre ambos pasadores de pivote y que la tabla gira suavemente.

⚠ ADVERTENCIA

Si los ganchos de cierre automático no se cierran sobre ambos pasadores de pivote, significa que el montaje no se ha efectuado adecuadamente, y si no se corrige, podría provocar lesiones graves o la muerte.

PASO 5

Introducción del eje principal (F9-1039) en el cuadro de la tabla (F8-1021)

• Afloje la manilla antivibración en la carcasa del eje principal.

• Con las posiciones para la regulación de la altura hacia arriba, deslice el extremo del eje principal en el cojinete azul de la carcasa de dicho eje (ver Figura 5).

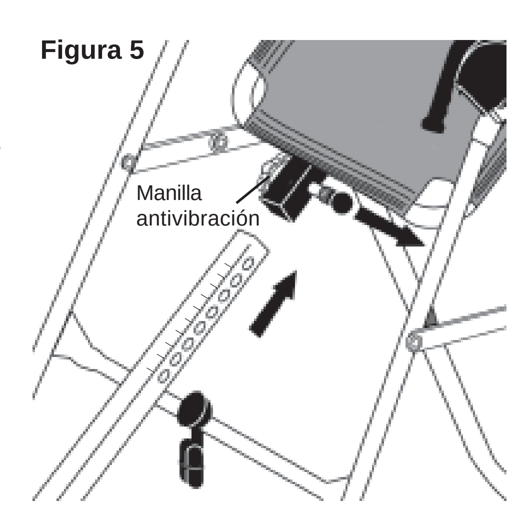
• Extraiga el pasador de cierre para la regulación de la altura con el fin de permitir que el eje principal se deslice más hacia adentro. Para facilitar el montaje, deslice el eje principal hasta el final y afloje el pasador en la posición de almacenamiento (consulte el manual del propietario para regular adecuadamente la altura antes de usarla).

• Apriete la manilla antivibración.

⚠ ADVERTENCIA

Lea el manual del propietario para obtener información sobre cómo elegir la posición de la altura adecuada para el usuario. Una posición inadecuada podría provocar lesiones graves o la muerte.

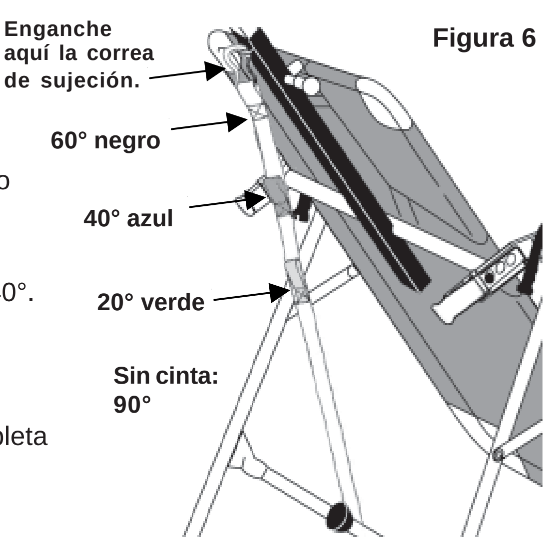
Figura 5



PASO 6

Cómo enganchar la cinta de sujeción EZ (F5-1008) para limitar el grado de rotación

- Enganchar el clip a la cinta en el ángulo deseado y fijarlo en el foro situado en la base de la tabla.
  - 20° - Enganchar el clip a la cinta verde para una inversión ligera a 20°.
  - 40° - Enganchar el clip a la cinta azul para una inversión moderada a 40°.
  - 60° - Enganchar el clip al extremo negro de la cinta para una inversión más avanzada a 60°. Con este ángulo se pueden obtener todas las ventajas de la inversión.
- 90° - ¡Eliminar por completo la cinta de sujeción para la inversión completa y seguir con el ejercicio!





PASO 7

Prueba del montaje

ANTES DE UTILIZARLA

- Pruebe la tabla con la mano para comprobar si gira de manera suave y estable antes de efectuar la inversión.
- Asegúrese de que todos los cierres estén bien puestos.

Ha terminado de montar su tabla de inversión Teeter Hang Ups®.

- Leer atentamente el manual del propietario antes de usar la tabla de inversión. La adopción de posiciones inadecuadas puede provocar lesiones graves o la muerte.

AJUSTES TRAS EL MONTAJE - MANTENIMIENTO - ALMACENAMIENTO

CAMBIO DE LA POSICIÓN DE LAS BISAGRAS DE ROTACIÓN

- Póngase con una pierna a cada lado del eje principal.
- Lleve los dedos índice bajo cada bisagra de rotación. Utilice los pulgares para soltar los cierres que se encuentran sobre las bisagras de rotación (ver Figura 7).
- Extraiga contemporáneamente ambos lados de la tabla del cuadro A. Puede apoyar la tabla en la barra cruzada del cuadro A.
- Abra los cierres de leva de cada bisagra de rotación. Cambie las bisagras de rotación hacia la posición deseada (A, B, C, desde la más agresiva a la menos agresiva). (ver Figura 8).
- Cierre de nuevo los cierres de leva. Coloque de nuevo las bisagras de rotación en los platos para las bisagras del cuadro A.

Figura 7



Figura 8

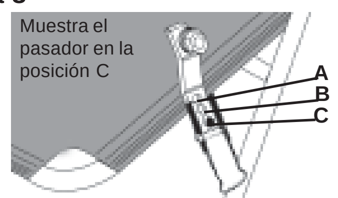
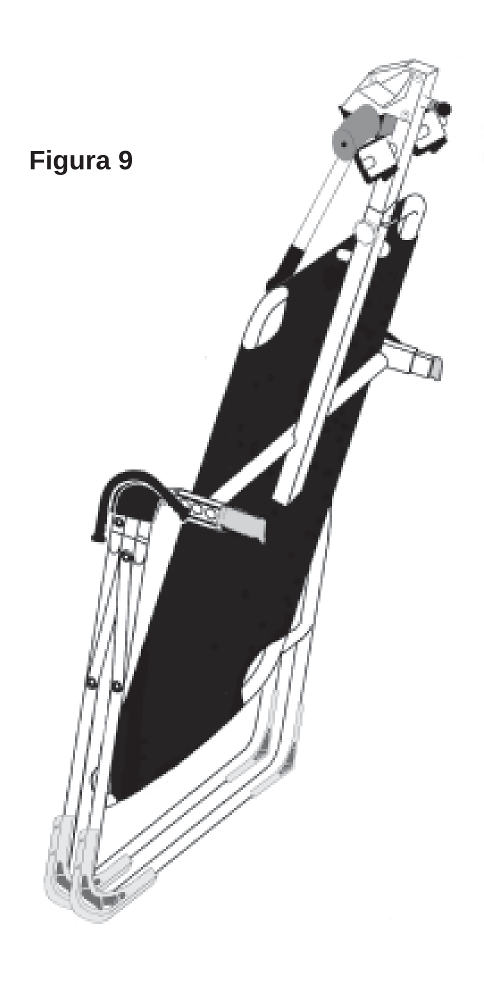


Figura 9



CÓMO GUARDAR LA TABLA DE INVERSIÓN

NOTA IMPORTANTE: la F9000TM no se podrá plegar para guardarla mientras la bisagra de rotación se encuentre en la posición "C". Para guardarla deberá poner la bisagra de rotación en la posición "A" o en la posición "B".

- Afloje la manilla antivibración.
- Tire del pasador de cierre del regulador de altura y deslice el eje principal hasta el punto de ensamblaje de las abrazaderas para los tobillos. Enganche el pasador de cierre en la posición de almacenamiento.
- Gire la tabla al contrario respecto a cuando se usa hasta que la misma haya girado 180 grados y descanse contra la barra cruzada del cuadro A.
- Las patas del cuadro A se pueden plegar para compactar el aparato y guardarlo (ver figura 9). **ADVERTENCIA: En esta operación se podría pillar los dedos si no la realiza despacio y con cuidado.**

CÓMO TENSAR LA ALFOMBRILLA DE LA TABLA

- Si ve que es necesario tensar la alfombrilla de nylon, tire de las correas de ajuste de la parte posterior de la alfombrilla.

CÓMO QUITAR / LIMPIAR LA ALFOMBRILLA DE LA TABLA

- Quizá encuentre más fácil quitar la alfombrilla de nylon cuando la tabla está en posición de almacenamiento.
- Tire de los tensores de plástico para aflojar las correas de ajuste.
- Suelte una esquina cada vez y después deslice la alfombrilla fuera del cuadro.
- La alfombrilla debe lavarse con agua fría con un ciclo de lavado suave. Coloque de nuevo la alfombrilla en el cuadro de la tabla mientras todavía esté mojada.
- Si encuentra es necesario apretar la alfombrilla de nylon, tire de las correas de ajuste de la parte anterior de la misma.



Se considera Aparato Médico, parte I según UL 2601-1 y CAN/CSA C22.2; Requisitos Generales de Seguridad según Underwriters Laboratories, Inc.

* Cualquier modificación aportada a este dispositivo anulará la UL Classification



Para recibir información sobre la garantía de 5 años de Teeter Hang Ups®, o si tiene algún problema para montar el aparato o preguntas sobre su utilización, no dude en ponerse en contacto con el Servicio de Atención al Cliente en el lugar que le corresponda a continuación:

EE UU & Canadá:
STL International, Inc.
9902 162nd St. Ct. E., Puyallup, WA 98375
Toll Free (Phone) 800-847-0143 (Fax) 800-847-0188
Local (Phone) 253-840-5252 (Fax) 253-840-5757
(email) Info@STLIntl.com (web) www.STLIntl.com

Internacional:
Inversion International, Ltd.
PO Box: AP 59245, New Providence Island, Bahamas
(Phone) +1-242-362-1001 (Fax) +1-242-362-1002
(email) Info@InversionInternational.com (web) www.InversionInternational.com

Distribuidor Europeo:
Teeter Ltd.
Cygnet House, Sydenham Road, Croydon, Surrey CR0 2EE, United Kingdom
(Phone) +44-(0)20-8667-0060 (Fax) +44-(0)20-8680-3999
(email) mail@TeeterLtd.com (web) www.TeeterLtd.com

Representante autorizado según MDD 93/42/EEC MDSS
MurckhardstraBe1, 30163 Hannover, Germany